

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Школа здоровья» для обучающихся 3-х классов

Общая характеристика, актуальность.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Школа здоровья» для 3-х классов, разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, примерной основной образовательной программой начального общего образования, основной образовательной программой начального общего образования муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения городского округа «Город Архангельск» «Гимназия № 25», авторской программы Л.А. Обухова, Н.А. Лемяскина, О.Е. Жиренко «Планета здоровья», с использованием методического пособия: Обуховой Л.А., Лемяскиной Н.А., Жиренко О.Е. «135 уроков здоровья, или Школа докторов природы». 1-4 классы. – М.: ВАКО, 2014

В Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования отмечается, что при получении начального общего образования необходимо осуществлять педагогическую деятельность по укреплению физического и духовного здоровья учащихся. Выпускник начальной школы должен соблюдать определенные правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни.

Образование в начальной школе является базой, фундаментом последующего образования, поэтому важнейшая цель начального образования — сформировать у учащихся комплекс универсальных учебных действий (далее — УУД), обеспечивающих способность к самостоятельной учебной деятельности, т. е. умение учиться. В соответствии со Стандартом целью реализации ООП является обеспечение планируемых образовательных результатов трёх групп: личностных, метапредметных и предметных. Программа внеурочного курса «Школа здоровья» нацелена на достижение результатов всех этих трёх групп. Важными целями изучения курса «Школа здоровья» являются создание благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения здоровья; формирование необходимых знаний, умений и навыков, способствующих поддержанию здорового и безопас-

ного образа жизни; использование полученных знаний в практике с целью улучшения состояния собственного здоровья.

Работа по данной программе строится на принципах гуманистической педагогики и психологии, выраженных правилом трёх П: понимание, принятие, признание. Учет индивидуальных особенностей, уважение к ребенку, к процессу и результатам его деятельности, комплексный подход, систематичность и последовательность, интеграция, наглядность – важные принципы реализации программы.

Занятия содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями (оздоровительные минутки, упражнения для глаз, для осанки, дыхательные упражнения и пр.), необходимыми для развития навыков ребенка.

Содержания занятий наполнены сказочными и игровыми сюжетами и персонажами.

Наряду с теоретическим материалом ученикам предлагаются практические рекомендации, игры и упражнения. Один из разделов посвящен профилактике заболеваний у детей младшего школьного возраста и оказанию доврачебной помощи.

Беседы включают вопросы гигиены, питания, закаливания, строения человека, ведения индивидуальной программы, паспорта здоровья; вопросы, связанные с факторами, укрепляющими и разрушающими здоровье, и т.д.

В одной беседе может быть затронуто одно или несколько направлений.

Оздоровительные минутки включают не только физические упражнения, но и упражнения для души. Оздоровительные паузы комбинируются, включая физические упражнения для осанки и несколько упражнений для глаз, рук или стоп и т.д. Задача оздоровительных пауз — дать знания, выработать умения и навыки, необходимые каждому ребёнку для укрепления позвоночника, стоп, рук, для красивой осанки, снятия усталости, обретения спокойствия и равновесия и т.д.

Взаимосвязь с федеральной рабочей программой воспитания

Программа курса разработана с учетом рекомендаций федеральной рабочей программы воспитания, предполагает объединение учебной и воспитательной деятельности педагогов, нацелена на достижение всех основных групп образовательных результатов – личностных, метапредметных, предметных.

Это проявляется:

- в выделении в цели программы ценностных приоритетов;
- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию;
- в рабочей программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий, обеспечивающих вовлеченность обучающихся в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

Внеурочные занятия входят в общую систему воспитательной работы образовательной организации, поэтому тематика и содержание должны обеспечить реализацию их назначения: стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания.

Содержание курса внеурочной деятельности «Школа здоровья»

3 класс

№ п/п	Название раздела	Содержание
1	Культура здорового образа жизни.	<p>Анализ ситуаций, в которых дети учатся думать, как себя вести. Вред и польза лжи. Отношения детей и родителей. Причины капризов, отличия каприза и мечты (желания). Контроль над своим поведением – устранение вредных привычек. Поведение при получении любого подарка, при вручении подарка. Восприятие наказания (необходимость, обида). Проявление эстетического вкуса. Ответственное поведение – залог нашей безопасности и здоровья, а также залог безопасности и здоровья окружающих. Боль: причины, действия при ощущении боли. Правила поведения за столом – здоровье и безопасность. Гостевой этикет. Общепринятые правила поведения. Учимся говорить «нет», образности, гибкости и яркости языка, интонации. Преодоление собственных проблем. Кого можно считать настоящим другом? Отношение к больным и беспомощным людям.</p> <p>Основные понятия: Страх, добро, зависть, жадность, мнение, отзывчивость, скромность, поступок, ложь, обман, совет, протест, просьба, каприз, этикет, сдержанность, благодарность, наказание, эстетический вкус, культурный облик человека, незнакомец, боль, сервировка, гость, общественное место, преодоление, дружба, друг, ответственность.</p> <p>Компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none">– Уметь анализировать жизненные ситуации с целью правильного, достойного и безопасного поведения в них.– Уметь отличить шутку от обмана.– Уметь слушать и слышать людей, нести ответственность за другого.– Уметь контролировать свое поведение - отказ от вредных привычек.– Понимать, что такое эстетический вкус.– Знать правила поведения в общественных местах.
2	Итоговое занятие	Промежуточная аттестация в виде творческой работы по итогу изучения тем за 3 класс.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Школа здоровья»

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов:

Личностные результаты:

У обучающихся будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками;
- доброжелательное отношение к сверстникам;
- бесконфликтное поведение;
- стремление прислушиваться к мнению одноклассников;

Метапредметные:

1. Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- проговаривать последовательность действий на уроке.
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, уметь работать по предложенному учителем плану.
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

2. Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

3. Коммуникативные УУД:

– умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).

- слушать и понимать речь других.

– совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

– учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

– работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;

- обращаться за помощью;

- формулировать свои затруднения;

- предлагать помощь и сотрудничество;

- договариваться и приходить к общему решению;

- осуществлять взаимный контроль;

- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные:

– формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе;

– овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Школа здоровья»

3 класс

№ п/п	Название темы	Количество часов	Форма проведения занятия	Основные виды деятельности обучающихся
Культура здорового образа жизни (16 часов)				
1	Чего не надо бояться? Воспитание в себе уверенности и бесстрашия	1	Лекция, игра, практическое занятие (фронтальная, групповая, парная формы обучения).	Упражнения, беседа по теме, оздоровительная минутка, анализ стихотворений, анализ рассказов, разбор ситуаций по теме, интерпретация пословиц, игры, разыгрывание сценок по теме.
2	Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным	1		
3	Почему мы говорим неправду	1		
4	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга	1		
5	Как воспитать в себе сдержанность	1		
6	Отучаемся от вредных привычек	1		
7	Как относиться к поощрениям и наказаниям	1		
8	Как вести себя, когда что-то болит	1		
9	Ответственное поведение: незнакомцы	1		
10	Как вести себя в гостях и в общественных ме-	1		

	стах			
11	Нехорошие слова и недобрые шутки	1		
12	Что делать, если не хочется в школу	1		
13	Организовываем свой досуг самостоятельно	1		
14	Как выбрать друзей	1		
15	Как порадовать родителей	1		
16	Как помочь больным и беспомощным	1		
Итоговое занятие (1 час)				
17	Итоговое занятие	1	Промежуточная аттестация в виде творческой работы по итогу изучения тем за 3 класс	